

## Mýtus č. 5

„Nechal jsem se očkovat loni, takže letos nemusím.“

**Loňské očkování Vás neochrání. Virus se každý rok mění a očkovací látka se připravuje vždy z nového typu viru.**

- Vakcína se připravuje nově před každou chřipkovou sezónou z poslední zachycené mutace viru.
- Je velmi pravděpodobné, že Vás Vaše protilátky vytvořené podle loňského typu viru letos neochrání.

## Informujte se

- u svého lékaře, zda máte nárok na očkování zdarma nebo na příspěvek
- u svého zaměstnavatele, zda Vám očkování hradí, nebo na něj přispívá
- u své zdravotní pojišťovny, zda máte nárok na očkování zdarma nebo na příspěvek

## Mýtus č. 6

„Bojím se injekce.“

**Vydržet jednu malou injekci je lepší než dva týdny nemoci.**

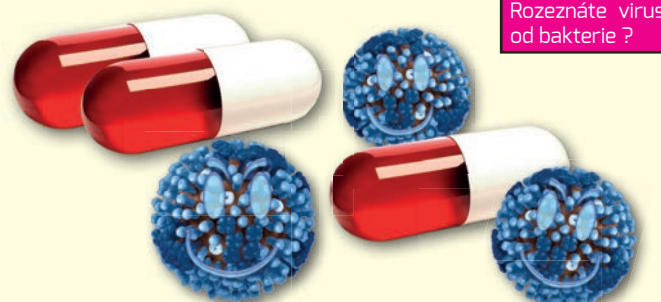
- Jehla na injekční stříkačce očkovací látky je velmi tenká. Pocítíte ji méně než píchnutí do prstu při šití.
- Až 90 % zdravých dospělých očkování ochrání.
- Až o 80 % snižuje očkování riziko úmrtí v důsledku chřipky u seniorů.

## Mýtus č. 7

„Ještě mám doma zbylá antibiotika po angíně, když tak si je vezmu“

**Antibiotika (ATB) jsou na viry neúčinná.**

- ATB zabíjí pouze bakterie, virům nevdají.
- Stejně není dobré dobírat zbylá ATB - lékaři je nasazují podle pokynů ATB středisek, která vyhodnocují jejich účinek na bakterie.
- Protože tyto informace nemáte, můžete si „vypěstovat“ rezistentní bakterie, na které budou veškerá známá ATB neúčinná.



Rozeznáte virus od bakterie ?

Antibiotika jsou virům pro legraci  
Zato bakterie dostihnou a zničí



**Říjen a listopad je nejvhodnější dobou pro očkování proti chřipce.**



©Vydal Státní zdravotní ústav, Šrobárova 48, Praha 10 v rámci dotačního programu „Národní akční plány a koncepce“ Ministerstva zdravotnictví 2013, identifikační číslo projektu 35/13/NAP autor: MUDr. Marie Nejedlá, SZÚ odborná recenze: MUDr. Jan Kynčl, PhD., SZÚ 2. vydání SZÚ 2016 za finanční podpory MZČR, PPZ č. 10 573

Tisk a grafika - GEOPRINT s.r.o., Liberec  
[www.geoprint.cz](http://www.geoprint.cz)

# Nakažte ostatní dobrou náladou - ne chřipkou



## 7 mýtů o chřipce

### Mýtus č. 1

„Proč bych se měl nechat očkovat proti chřipce? Vždyť není tak nebezpečná ...“

**V ČR onemocní ročně chřipkou 1 000 000 osob a 2 000 lidí zemře - více než na dopravní úrazy.**



„NEDOKÁZAL JSEM POHYBOVAT ANI MYŠÍ OD POČÍTAČE, bolela mne hlava, svaly, klouby, měl jsem záchvaty suchého kašle, horečku přes 40°C, zimnici, halucinace, třesavku a zvracel jsem.“

„ZHORŠILA SE MI CUKROVKA, místo Vánoc

s dětmi jsem byla měsíc v nemocnici.“

„MUSELI JSME ZRUŠIT POBYT NA HORÁCH“

„BRALI JSME s manželem DOHRMADY O 10 000 Kč MÉNĚ, a to jsme byli doma každý jen pět pracovních dní.

„DCERA MÉ ZNÁMÉ ČEKÁ NA TRANSPLANTACI SRDCE. Přechodila chřipku“.

## Chřipka je obrana po útoku

- Viry jsou buněční parazité - Vaše tělo potřebují jako hostitele.
- Žijí z Vaší energie, aby se mohli množit.
- Kolik Vašich buněk virovou invazí přežije, je tak trochu sázka do loterie.



## Mýtus č. 2

**„Co když onemocním z očkování. Nevěřím, že vakcína je bezpečná.“**

**Při očkování pronikají do těla jen povrchové části viru, které vyvolají tvorbu protilátek.**

Můžete pocítovat:

- bolesti v horní končetině
- zvýšenou teplotu a slabost



## Očkování je zbrojení před útokem

1. Očkovací látka, která obsahuje jen neživé části viru, proniká do krve.

2. Za 10-14 dní se vytvoří proti viru protilátky

3. a až chřipkové viry zaútočí, ...

... protilátky je hned zneškodní



## Dopřejte antivirovou ochranu nejen svému PC

Představte si, že bude Váš počítač napaden virem - nebudete na něm moci pracovat a ještě se prostřednictvím emailových adres bez Vašeho zavinění dostane do tisíců dalších počítačů a ty je pošlou opět dále...



## Mýtus č. 3

**„Nechala jsem se očkovat a stejně jsem onemocněla.“**

**S velkou pravděpodobností jste onemocněla nachlazením.**

- Typickými příznaky nachlazení jsou rýma a kýchání, zvýšená teplota do 37,9°C a bolest v krku.
- Na nachlazení Vám stačí: vitamín C, čaj s medem, léky proti horečce a cucavé antiseptické bonbóny.
- Onemocnět i přes předchozí očkování můžete, ale očkování Vám sníží pravděpodobnost těžkého průběhu a úmrtí.

## Mýtus č. 4

**„Jsem zdravá, nepotřebuji očkování“**

**Můžete onemocnět a nakazit ty, kteří jsou v rizikové skupině. Nechte se očkovat kvůli nim. Lidé s onemocněním srdce mají 52x vyšší pravděpodobnost úmrtí na chřipku.**

Pokud alespoň na jednu otázku odpovíte ANO, jste v rizikové skupině. Označení ✓ znamená nárok na očkování zdarma.

- ✓ Bylo Vám 65 let ?
- ✓ Jste diabetik ?
- ✓ Máte nemocné srdce?
- ✓ Máte nemocné ledviny?
- ✓ Máte onemocnění průdušek nebo plic ?  
Jste těhotná ?
- ✓ Máte sníženou imunitu ?  
Pracujete ve zdravotnictví ?  
Pracujete v sociálních službách ?
- ✓ Trpíte zvýšenou krvácivostí ?
- ✓ Žijete v domově pro seniory, LDN a dalších sociálních zařízeních ?